

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC

ESSAI DE 3^{IÈME} CYCLE PRÉSENTÉ À
L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

COMME EXIGENCE PARTIELLE
DU DOCTORAT EN PSYCHOLOGIE
(PROFIL INTERVENTION)

PAR
SYLVIE TOUSIGNANT

VERS LA VALIDATION DE L'ÉCHELLE DES DISTRACTIONS COGNITIVES
LORS DES RELATIONS SEXUELLES

MARS 2010

Université du Québec à Trois-Rivières

Service de la bibliothèque

Avertissement

L'auteur de ce mémoire ou de cette thèse a autorisé l'Université du Québec à Trois-Rivières à diffuser, à des fins non lucratives, une copie de son mémoire ou de sa thèse.

Cette diffusion n'entraîne pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits de propriété intellectuelle, incluant le droit d'auteur, sur ce mémoire ou cette thèse. Notamment, la reproduction ou la publication de la totalité ou d'une partie importante de ce mémoire ou de cette thèse requiert son autorisation.

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

DOCTORAT EN PSYCHOLOGIE
(PROFIL INTERVENTION)

Programme offert par l'Université de Québec à Trois-Rivières

VERS LA VALIDATION DE L'ÉCHELLE DES DISTRACTIONS COGNITIVES
LORS DES RELATIONS SEXUELLES

PAR

SYLVIE TOUSIGNANT

Yvan Lussier, directeur de recherche

Université du Québec à Trois-Rivières

Audrey Brassard, codirectrice de recherche

Université de Sherbrooke

Marcos Balbinotti, évaluateur

Université du Québec à Trois-Rivières

Sophie Bergeron, évaluatrice externe

Université de Montréal

Ce document est rédigé sous la forme d'articles scientifiques, tel qu'il est stipulé dans les règlements des études de cycles supérieurs (D47) de l'Université du Québec à Trois-Rivières. Les articles ont été rédigés selon les normes de publication de revues reconnues et approuvées par le Comité d'études de cycles supérieurs en psychologie. Le nom du directeur de recherche pourrait donc apparaître comme co-auteur de l'article soumis pour publication.

Sommaire

Ce travail d'essai permet de définir le concept de distractions cognitives lors des relations sexuelles et de mieux saisir la place qu'il occupe dans le fonctionnement général et sexuel d'une personne. Il présente également les résultats de deux études visant la validation de l'Échelle des distractions cognitives lors des relations sexuelles (ÉDCS). Cette échelle permet de pallier aux faiblesses des instruments existants sur les pensées non-sexuelles pendant les relations sexuelles (Dove & Wiederman, 2000; Purdon & Holdaway, 2006). Dans la première étude, 292 étudiants québécois hétérosexuels en relation de couple ont complété des questionnaires auto-administrés évaluant leurs distractions cognitives ainsi que leur satisfaction conjugale et sexuelle. Dans la deuxième étude, 70 couples canadiens-français et hétérosexuels ont complété l'ÉDCS, l'Échelle d'ajustement dyadique et un questionnaire évaluant leur expérience sexuelle. Les distractions cognitives des femmes et des hommes sont reliées à leurs difficultés sexuelles, tandis que celles des femmes sont reliées à leur évitement de la sexualité et au fait d'accepter d'avoir des relations sexuelles lorsqu'elles ne les désirent pas. Les deux études appuient la validité de construit, la validité convergente et la cohérence interne de l'ÉDCS.

Table des matières

Sommaire	iv
Liste des tableaux	vii
Remerciements	viii
Introduction	1
Importance de la sexualité	3
Définition des distractions cognitives.....	3
Définition des divers concepts reliés aux cognitions.....	4
Distractions cognitives et sexualité	6
Contenu des distractions cognitives	8
Objectifs	9
Article scientifique	10
Résumé	12
Abstract.....	13
Distractions cognitives	15
Apparence physique.....	16
Performance	17
Conséquences externes	18
Évaluation des distractions cognitives.....	19
Création de l'ÉDSC	20
Objectif	21
Étude 1	22
Méthode	22
Participants	22
Instruments	23
Résultats.....	24
Étude 2	27
Méthode	27
Participants	27
Instruments	27
Résultats	28
Discussion générale	33

Forces, limites et implications.....	36
Références.....	39
Appendice, Questionnaire (ÉDSC).....	46
Conclusion	47
Références	49

Liste des tableaux

Tableau

1	Statistiques descriptives, tests <i>t</i> et coefficient de saturation des items de l'ÉDCS auprès des 292 étudiants	25
2	Statistiques descriptives, tests <i>t</i> appariés sur les 70 couples complets et coefficient de saturation séparément pour hommes et femmes	29
3	Corrélations entre les scores de distractions cognitives, l'expérience sexuelle et la satisfaction conjugale des hommes et des femmes de l'échantillon.....	32

Remerciements

Je souhaite exprimer toute ma reconnaissance à mes co-directeurs, Madame Audrey Brassard, Ph. D., professeure à l'Université de Sherbrooke et à Monsieur Yvan Lussier, Ph. D., professeur à l'Université du Québec à Trois-Rivières, pour leur soutien, leur confiance témoignée tout au long de ma formation et leur encadrement dans l'élaboration, ainsi que la réalisation de ce projet d'essai. Je tiens également à transmettre mes sincères remerciements à l'Université du Québec à Trois-Rivières pour l'accueil et le soutien tout au long de ce projet d'essai.

Introduction

Cet essai comprend deux sections, une introduction générale et un article scientifique visant la validation d'un nouvel instrument de mesure, l'Échelle des distractions cognitives lors des relations sexuelles (ÉDCS). Afin de bien démontrer la pertinence de cet article empirique sur le plan théorique, l'introduction traite d'abord de l'importance de s'intéresser à la sexualité des couples. Elle permet également de définir le concept de « spectating » et de distractions cognitives dont il est question dans le nouveau questionnaire de distractions cognitives lors des relations sexuelles. À ce jour, différents auteurs se sont intéressés au rôle des cognitions dans les difficultés sexuelles (p. ex., Geer & Fuhr, 1976; Purdon & Holdaway, 2006). Toutefois, les concepts relatifs aux cognitions semblent varier d'un auteur à l'autre. Par exemple, certains auteurs proposent d'envisager les pensées pendant les relations sexuelles en termes de distractions (Dove & Wierderman, 2000), tandis que d'autres auteurs s'intéressent plutôt aux schémas (Beck & Barlow, 1986). Afin de mieux distinguer ces différents concepts et de mieux saisir le rôle des cognitions dans le fonctionnement psychologique général et sexuel d'une personne, l'introduction présente divers concepts et définitions rattachés aux cognitions. L'introduction se termine par une description de différents thèmes de distractions cognitives qui se retrouvent dans la documentation scientifique.

Importance de la sexualité chez les couples

Les problèmes sexuels font souvent partie des difficultés rapportées par les partenaires (Doss, Simpson, & Christensen, 2004), car ils occasionnent de la gêne, de la tristesse et de la frustration jusqu'à la perte d'estime de soi, affectant ainsi la satisfaction au sein du couple (Leiblum, 2007). En effet, Edwards et Booth (1994) ont démontré que les problèmes sexuels ou l'insatisfaction sexuelle sont des facteurs qui prédisent la rupture future de la relation. La sexualité est l'une des activités les plus intimes dans laquelle le couple s'engage et celle-ci sert souvent de baromètre pour la relation toute entière (Sprecher & Regan, 2000). Bien que les problèmes conjugaux sont régulièrement évoqués en psychothérapie individuelle comme motif *premier* de consultation (Whisman & Uebelacker, 2006), les difficultés sexuelles sont rarement évoquées comme motif premier de consultation au début d'une psychothérapie de couple (Laumann et al. 1994, 2006). Pourtant, un sondage effectué par Laumann, Gagnon, Michael et Michaels (1995) auprès de 7000 couples a révélé que 53% des hommes et 59% des femmes occidentaux interrogés se disent non satisfaits physiquement dans leurs relations sexuelles. Il s'avère donc pertinent de s'intéresser aux difficultés sexuelles des couples et aux facteurs qui expliquent l'insatisfaction sexuelle et conjugale.

Définition des distractions cognitives

Les études de Masters et Johnson (1966, 1970) mettent en évidence le rôle majeur du « spectatoring » (c.-à-d., le fait d'être détaché de ses expériences sexuelles, de s'observer et d'évaluer ses performances) dans les difficultés sexuelles. Masters et

Johnson (1970) proposent qu'une distraction des stimuli sexuels, comme le « spectating », représente un inhibiteur de potentiel sexuel, car l'individu est alors distrait de ses sensations et de ses autres signaux sexuels et l'attention n'est pas orientée vers les aspects positifs, agréables et plaisants de l'activité sexuelle. À l'intérieur de l'article scientifique présenté en deuxième partie de cet essai, c'est toutefois le concept de distraction cognitive qui a été retenu. En plus d'être français, le terme distraction cognitive paraît plus englobant que le concept de « spectating », puisqu'il permet de mettre en évidence des pensées non érotiques liées à soi, au partenaire et à d'autres facteurs externes qui paraissent nuire à l'activité sexuelle. Depuis les années 60, différentes études se sont intéressées aux associations entre les cognitions ou les distractions cognitives dans les difficultés sexuelles chez les couples (p. ex., Barlow, 1986; Dove & Wierderman, 2000; Geer & Fuhr, 1976; Purdon & Holdaway, 2006). Les différentes définitions et les modèles de traitement de l'information cognitive-comportementale présentés ci-après visent à mieux situer le rôle des cognitions dans le fonctionnement psychologique d'une personne.

Définition des divers concepts reliés aux cognitions

Les recherches dans le domaine de la thérapie comportementale font d'abord ressortir que les personnes ne réagissent pas uniquement à un stimulus ou aux informations externes (S-R; Stimulus-Réponse), mais que les comportements ou les réponses sont reliées aux cognitions et aux interprétations face à ce stimulus (S-O-R; Stimulus-Organisme-Réponse; Bandura, 1969). Afin de mieux saisir le rôle des

cognitions dans le traitement des stimuli externes, Power (1973) propose que les informations provenant de l'environnement fassent l'objet d'un traitement à l'intérieur d'un « système de contrôle », incluant des dimensions motivationnelles, émotionnelles, cognitives, perceptuelles et comportementales du fonctionnement psychologique. Le modèle propose que les informations provenant de la réalité objective (les faits) soient d'abord sélectionnées, interprétées et transformées en fonction d'un filtre mental (décodeur, biais ou distorsions) favorisant des croyances ou pensées irréalistes (réalité subjective). Il est donc possible d'envisager que les distractions cognitives puissent découler des biais ou distorsions. Au plan des distorsions, Burns (1994) proposent dix catégories de distorsions cognitives appliquées aux états dépressifs et aux troubles de l'humeur, telles que la généralisation à outrance d'un seul événement malheureux, le rejet du positif ou les raisonnements émotifs qui ne reflètent pas la réalité des choses. Au plan des croyances ou les pensées irrationnelles (non conformes à la réalité objective de l'événement), la méthode ABC (A: l'événement; B: la pensée; C: l'émotion) de la thérapie Rationnelle-Émotive de Albert Ellis (1977), met également en évidence le rôle joué par celles-ci dans l'interprétation d'un événement, les émotions désagréables et les comportements reliés.

Beck et ses collègues (1979) ont également démontré que certaines pensées avaient tendance à apparaître de façon automatique. Ces pensées automatiques consistent en un « dialogue ou monologue intérieur » et elles sont envisagées comme un regroupement de perceptions sélectives momentanées, d'inférences (c.-à-d.,

d'attributions et d'attentes), plutôt que des pensées irréalistes comme dans le modèle d'Ellis. La perception ou l'attention sélective implique un processus momentané dans lequel une personne porte attention uniquement à certains aspects d'un événement, d'un fait ou d'une autre personne, tout en omettant de percevoir d'autres aspects (Beck et al.). Selon ces auteurs, les pensées automatiques représentent une voie d'accès aux structures plus profondes comme les schémas cognitifs (Beck et al.). Les schémas peuvent être conceptualisés comme des croyances et des interprétations personnelles ou des postulats de la réalité provenant des stratégies individuelles d'adaptation (Beck et al.). D'autres auteurs proposent que les biais perceptuels s'apparentent aux mécanismes de défenses freudiens (Peterfreund & Schwartz, 1971). Ces différentes études permettent de saisir que les croyances, les pensées irréalistes, les pensées automatiques et en particulier les distractions cognitives découlent possiblement de filtre mental (décodeur, biais ou distorsions; Burn, 1994; Ellis, 1977; Power, 1973), de schémas (Beck et al.) ou de mécanismes de défenses (Peterfreund & Schwartz).

Distractions cognitives et sexualité

L'effet des pensées non sexuelles sur les difficultés sexuelles a été décrit cliniquement en termes de distraction ou de réponse compétitive par Masters et Johnson (1966, 1970). Les études de Barlow (1986) ont également démontré que le « spectating » était un facteur clé dans le développement et le maintien des dysfonctions érectiles chez l'homme. Les résultats de leur recherche proposent que les distractions affectent différemment les hommes avec une sexualité fonctionnelle que

ceux avec une sexualité dysfonctionnelle. L'excitation sexuelle chez les hommes fonctionnels tend à diminuer avec les stimuli non sexuels, mais elle tend à augmenter légèrement chez les hommes dysfonctionnels lorsqu'on leur impose une distraction (p. ex., un choc; Barlow). L'auteur propose que l'attention des hommes dysfonctionnels soit orientée, au départ, vers des stimuli non sexuels (p. ex., des préoccupations de performance) plutôt que sexuels. Certaines tâches de distractions peuvent d'ailleurs permettre de rediriger l'attention des hommes dysfonctionnels, ce qui peut avoir pour effet d'augmenter légèrement l'excitation (Barlow). Le modèle de Barlow est attrayant pour mieux saisir le rôle joué par les distractions cognitives reliées aux activités sexuelles (Sbrocco & Barlow, 1996). Il est proposé que les distractions cognitives proviennent de schémas négatifs dérivés de la culture, de fausses croyances à propos de la sexualité et d'une attention portée à certains aspects non érotiques de la sexualité (Barlow). Les auteurs Geer et Fuhr (1976) ont étudié les associations entre les distractions cognitives et l'excitation sexuelle auprès d'un échantillon de 31 hommes non gradués. Les résultats de leur étude indiquent que l'excitation sexuelle, mesurée par la tumescence de l'organe sexuel, varie directement en fonction de la complexité des opérations de distraction ou d'inférence cognitive. Les résultats font ressortir que les pensées et les distractions orientées vers des stimuli non érotiques plutôt qu'érotiques tendent à diminuer l'excitation sexuelle. Przybyla et Byrne (1984) ont étudié le rôle des distractions en laboratoire dans l'excitation sexuelle auprès d'un échantillon de 166 hommes et 154 femmes. Leurs résultats démontrent que l'excitation sexuelle varie

inversement en fonction du niveau de complexité de distraction à la suite de la présentation de matériel érotique, visuel ou auditif.

Walen (1980) ainsi que Wolfe et Walen (1980) proposent un modèle cognitif-comportemental pour expliquer le rôle joué par les perceptions et l'évaluation cognitive dans l'excitation sexuelle. Dans ce modèle, la perception d'un stimulus sexuel provient de la combinaison de trois sous-processus: 1) la détection de la présence du stimulus ou bien la discrimination de ce dernier parmi d'autres stimuli, 2) la classification ou la catégorisation du stimulus et 3) l'attribution, c'est-à-dire, l'explication ou le sens donné au stimulus. La perception est ensuite évaluée à partir d'un continuum variant de bon à mauvais. Une évaluation positive du stimulus favorise l'excitation sexuelle tandis qu'une évaluation négative tend à la diminuer. L'excitation sexuelle n'entraîne pas nécessairement des comportements sexuels satisfaisants, mais une évaluation positive de l'excitation sexuelle tend à favoriser ceux-ci (Walen; Wolfe & Walen). Bien que les différents modèles de distractions cognitives permettent de mieux situer leur rôle au plan des difficultés sexuelles, les thèmes associés aux distractions cognitives paraissent pour leur part encore peu définis.

Contenu des distractions cognitives

Dans l'étude de Sbrocco et Barlow (1996), le contenu des pensées qui caractérisent le « spectatoring » n'a pas été spécifié. D'autres recherches sur le « spectatoring » traitent uniquement de certaines pensées reliées, soit à l'image du corps,

soit à la performance, tandis que d'autres études présentent des pensées qui ne sont pas impliquées dans l'activité sexuelle (p. ex., Faith & Schare, 1993; Trapnell et al., 1997). Peu d'études se sont intéressées au contenu des pensées impliquées dans le « spectating » pendant l'activité sexuelle (Dove & Wiederman, 2000; Purdon & Holdaway, 2006). En plus de l'image du corps et de l'apparence, des études plus récentes sur les distractions cognitives pendant l'activité sexuelle mettent en évidence un troisième thème possiblement associé aux pensées non érotiques qui concerne les conséquences externes telles le travail, les tâches ménagères (p. ex., Hynie & Lydon, 1995; Hynie, Lydon, & Taradash, 1997; Purdon & Holdaway).

Objectifs

Cet essai vise à donc à présenter la création et la validation d'un nouveau questionnaire multi-items de distractions cognitives plus complet et en français, auprès d'un premier échantillon d'étudiants hétérosexuels en relation de couple et auprès d'un deuxième échantillon composé de couples adultes hétérosexuels en relation stable. La recherche vise à démontrer la validité convergente de l'instrument en présentant différentes associations entre les distractions cognitives, la satisfaction conjugale et sexuelle de même que divers aspects du fonctionnement sexuel. Ainsi, la section suivante présente un article scientifique incluant deux études ayant permis la validation d'un nouvel outil, l'Échelle des distractions cognitives lors des relations sexuelles (ÉDCS). Cet article comprend un contexte théorique, la méthode et les résultats des deux études, ainsi que la discussion générale. Enfin, une conclusion complète ce travail.

Article scientifique

Vers la validation de l'échelle des distractions cognitives lors des relations sexuelles

Titre courant : DISTRACTIONS COGNITIVES LORS DES RELATIONS SEXUELLES

Vers la validation de l'Échelle des distractions cognitives lors des relations sexuelles

Sylvie Tousignant

Département de psychologie, Université du Québec à Trois Rivières, Québec, Canada

Audrey Brassard

Département de psychologie, Université de Sherbrooke, Québec, Canada

Yvan Lussier

Département de psychologie, Université du Québec à Trois Rivières, Québec, Canada

Adresse de correspondance :

Audrey Brassard, Ph.D., Faculté des lettres et sciences humaines, Université de Sherbrooke,

2500, boul. de l'Université, Sherbrooke, Québec, J1K 2R1

Téléphone : 819-821-8000 poste 65276

Fax : 819-821-7925

Résumé

Les distractions cognitives seraient reliées à la diminution de l'excitation sexuelle, à des difficultés sexuelles, ainsi qu'à l'insatisfaction sexuelle et conjugale (Elliott & O'Donohue, 1997; Lawrence & Byers, 1995). Cet article présente les résultats de deux études visant la validation de l'Échelle des distractions cognitives lors des relations sexuelles (ÉDCS). Cette échelle permet de pallier aux faiblesses des instruments existants sur les pensées non-sexuelles pendant les relations sexuelles (Dove & Wiederman, 2000; Purdon & Holdaway, 2006). Dans l'étude 1, 292 étudiants québécois hétérosexuels en couples ont complété des questionnaires auto-administrés évaluant leurs distractions cognitives ainsi que leur satisfaction conjugale et sexuelle. Dans l'étude 2, 70 couples canadiens-français et hétérosexuels ont complété l'ÉDCS, l'Échelle d'ajustement dyadique et un questionnaire évaluant leur expérience sexuelle. Les distractions cognitives des femmes et des hommes sont reliées à leurs difficultés sexuelles, tandis que celles des femmes sont reliées à leur évitement de la sexualité et au fait d'accepter d'avoir des relations sexuelles lorsqu'elles ne les désirent pas. Les deux études appuient la validité de construit, la validité convergente et la cohérence interne de l'ÉDCS.

Abstract

Cognitive distractions have been related to decrease of sexual arousal, sexual difficulties, and relationship as well as sexual dissatisfaction (Elliott & O'Donohue, 1997; Lawrence & Byers, 1995; Leiblum, 2007). This article presents the results of two validation studies of a new questionnaire assessing cognitive distractions during sexuality. This scale mitigated the weaknesses of existing instruments on cognitive distractions content during sexuality (Dove & Wiederman, 2000; Purdon & Holdaway, 2006). In study 1, 292 undergraduate students completed self-reported measures of cognitive distractions, relationship and sexual satisfaction. In study 2, 70 French-Canadian heterosexual couples completed self-report measures of cognitive distractions, relationship satisfaction, and experience of sexuality. Cognitive distractions were related to sexual difficulties for both genders. Men's reports of cognitive distractions during sex were related to sexual problems, whereas women's reports of cognitive distractions were associated with their avoidance of sex and compliance to sexual activities. Both studies supported the construct validity, convergent validity, and internal consistency of the scale.

Parmi les couples qui consultent en psychothérapie, nombreux sont ceux qui rapportent des difficultés sur le plan sexuel (Doss, Simpson, & Christensen, 2004). Au niveau de la population générale, un sondage effectué par Laumann, Paik et Rosen (1999) auprès d'un vaste échantillon ($n = 1410$ hommes; $n = 1749$ femmes) a démontré que 43 % des femmes et 31 % des hommes rapportent des difficultés sexuelles avec au moins un partenaire dans la dernière année. Les difficultés sexuelles sont associées avec d'autres types de problèmes, tel que l'insatisfaction conjugale (Leiblum, 2007; Pridal & LoPiccolo, 2000), une plus faible estime de soi et un faible sentiment de bien-être (Heiman, 2002). Il s'avère donc pertinent de bien identifier les facteurs qui contribuent à la détérioration de la satisfaction sexuelle chez les couples. Cet article se penche sur un facteur spécifique, soit les distractions cognitives qui surviennent lors des activités sexuelles.

La satisfaction sexuelle est une réponse affective découlant d'une évaluation subjective des expériences positives et négatives associées à la sexualité du couple (Lawrence & Byers, 1995). Elle est la résultante des coûts et des bénéfices associés aux différents aspects de la sexualité, tels: l'affection exprimée, la spontanéité, le degré d'intimité lors des activités sexuelles et l'engagement dans des activités sexuelles non désirées mais appréciées par le partenaire (Lawrence & Byers). Selon Blumstein et Schwartz (1983), la satisfaction sexuelle varie en fonction de la fréquence, de la qualité et de la variété des activités sexuelles. Elle est également associée aux activités sexuelles suivantes: caresses orales-génitales (particulièrement chez les hommes), fréquence et consistance de l'orgasme (Birnbaum, Glaubman, & Mikulincer, 2001) et pour les

femmes seulement, l'obtention de l'orgasme avant ou en même temps que celui de leur partenaire plutôt qu'après lui (Darling, Davidson, & Cox, 1991), ainsi que le nombre d'orgasmes (Blumstein & Schwartz). De plus, les couples qui communiquent à propos de la sexualité (Byers & Demmons, 1999), qui partagent l'initiation des relations sexuelles (Blumstein & Schwartz) et qui sont ouverts à une expérimentation sexuelle variée (Greeley, 1991) sont plus satisfaits sexuellement.

Plusieurs recherches présentent des liens entre la satisfaction sexuelle et la satisfaction conjugale (Blumstein & Schwartz, 1983; Byers & MacNeil, 1997; Edwards & Booth, 1994; Greeley, 1991; Lawrence & Byers, 1995). En fait, la satisfaction sexuelle est l'un des multiples facteurs qui contribuent à la satisfaction conjugale (Glenn, 1990). Les couples qui ont une plus grande fréquence de relations sexuelles (Blumstein & Schwartz), ainsi qu'une meilleure communication à propos des préférences sexuelles (Byers & Demmons, 1999) et les femmes qui ont davantage d'orgasmes (Blumstein & Schwartz) rapportent une meilleure satisfaction conjugale.

Distractions cognitives

Afin d'identifier les facteurs qui sont reliés à la réponse sexuelle, des études en laboratoire ont démontré des associations entre la présence de distractions cognitives et la diminution de l'excitation sexuelle (p. ex., Elliott & O'Donohue, 1997; Karafa & Cozzarelli, 1997). Les distractions peuvent être définies comme une attention portée à des stimuli non érotiques plutôt qu'aux stimuli érotiques dans la situation sexuelle (Lazarus, 1963). Masters et Johnson (1970) ont proposé que le « spectating » (c.-à-d., le fait d'être détaché de ses expériences sexuelles comme un observateur extérieur,

d'évaluer ses performances et de se juger pendant les relations sexuelles) nuit au désir et à l'excitation sexuelle, car l'individu est alors distrait de ses sensations et de ses autres signaux sexuels. Dans la société Nord-Américaine, les préoccupations envers l'attirance physique et l'apparence du corps s'inscrivent bien dans le concept de « spectatoring », car elles inhibent l'excitation sexuelle et elles interfèrent avec la satisfaction sexuelle (Wiederman, 2002). Selon le modèle cognitif de Beck et al. (1979), les cognitions résultent de perceptions sélectives momentanées et de schémas. Les aspects de soi, du partenaire et de l'environnement sont perçus en fonction des modèles internes ou des schémas développés avec les expériences personnelles (p. ex., dans la famille d'origine), les apprentissages reliés à l'éducation reçue et les messages véhiculés par les médias (Epstein & Baucom, 1993; Holmes, 2000). Lorsque ces modèles internes ou schémas s'avèrent négatifs, ils peuvent être réactivés d'une façon automatique et inconsciente dans les relations amoureuses et contribuer aux difficultés sexuelles (Barlow, 1996; Beck & Barlow, 1986). La thérapie cognitive stipule qu'il convient d'identifier les cognitions qui interfèrent avec le bon fonctionnement du couple (Beck et al., 1979). Des études récentes sur les pensées non-érotiques associées à la sexualité font ressortir la présence de trois principaux thèmes de pensées non-érotiques: l'apparence physique, la performance sexuelle et les conséquences externes (Purdon & Holdaway, 2006; Hynie & Lydon, 1995; Hynie, Lydon, & Taradash, 1997).

Apparence physique

L'apparence ou l'image du corps peut se définir autant par une évaluation personnelle de l'attirance physique face à l'ensemble de son corps ou de son « sex

appeal » qu'une évaluation particulière de ses propres parties génitales (Wiederman, 2002). Deux études réalisées auprès de 459 femmes de niveau collégial ont démontré que 35 % d'entre elles présentent des préoccupations à propos de l'image leur corps (*body image self-consciousness*) pendant l'intimité sexuelle avec un partenaire hétérosexuel (Wiederman, 2000). Selon Meana et Nunnink (2006), les distractions basées sur l'apparence ont été reliées à une image négative du corps chez les deux sexes, mais aussi à la détresse psychologique chez la femme et à l'insatisfaction sexuelle chez l'homme. D'autres recherches sur les distractions cognitives auprès des hommes et des femmes ont démontré des liens entre les préoccupations face à l'image de corps et les facteurs suivants: l'évitement des activités sexuelles (Faith & Schare, 1993; Wiederman, 2000), une fréquence moins élevée de relations sexuelles, ainsi qu'un niveau plus faible de désir d'intimité et d'affirmation face à la sexualité (Wiederman, 2000). Pour leur part, Trapnell, Meston et Gorzalka (1997) proposent qu'une image positive du corps favorise une meilleure centration sur soi (*self-focus*) pendant les relations sexuelles, ce qui s'avère favorable pour l'expérience sexuelle. Une image positive du corps semble donc apporter une base sécurisante pour les échanges intimes car la personne est moins préoccupée à propos de ce que l'autre va penser ou faire (Nezlek, 1999).

Performance

Certains auteurs se sont intéressés à l'influence des préoccupations des hommes face à leur performance sexuelle dans le développement et le maintien des problèmes érectiles (Barlow, 1986; Master & Johnson, 1970). D'autres études démontrent que les distractions des hommes de la population générale sont surtout basées sur la

performance (Meana & Nunnink, 2006; Purdon & Holdaway, 2006; Wiederman, 2000). Selon Laumann et al. (1995), les femmes rapportent davantage de difficultés liées au désir sexuel plutôt qu'à la performance sexuelle. Dans les sociétés occidentales, il semble que l'expérimentation et l'expression sexuelle soient davantage valorisées et désirées chez les hommes que chez les femmes (Hynie, Lydon, & Taradash, 1997). Par contre, les recherches de Meana et Nunnink ont démontré que les femmes ont un niveau de distractions basées sur la performance comparable à celui des hommes. De telles distractions sont associées à une image négative du corps et à l'insatisfaction sexuelle chez les deux sexes, mais à la détresse psychologique chez la femme seulement (Meana & Nunnink).

Conséquence externes

L'étude de Purdon et Holdaway (2006) a permis d'identifier d'autres catégories de pensées non-érotiques lors des relations sexuelles à partir d'un échantillon d'étudiants formé de 50 femmes et de 47 hommes non gradués et d'examiner les liens entre les pensées non-érotiques et les attitudes sexuelles, la satisfaction et le fonctionnement sexuel. En plus des préoccupations liées à la performance et l'image du corps, l'étude fait ressortir des pensées non érotiques liées aux conséquences externes, comme la peur de devenir enceinte, la crainte d'être entendu par les autres, d'être surpris, des préoccupations pour les tâches quotidiennes, le travail et les enfants, la fidélité du partenaire. Les résultats de leur étude font ressortir des liens entre un niveau élevé de pensées non érotiques et de difficultés sexuelles ainsi qu'un niveau élevé d'anxiété autant chez les hommes que les femmes. Comparativement aux hommes, les femmes

rapportent une fréquence plus élevée de pensées non érotiques et un niveau plus élevé d'anxiété reliée à ces pensées, de même qu'un niveau plus faible de satisfaction sexuelle (Purdon & Holdaway). Hynie et Lydon (1995) et Hynie et al. 1997) ont étudié les perceptions des femmes lors des relations sexuelles en lien avec la contraception et les ITS. Les résultats ont permis d'identifier des préoccupations chez les femmes rattachées à la contraception et les ITS lors des relations sexuelles. Ces préoccupations s'avèrent plus négatives lorsque ce sont les femmes qui proposent un condom à leur partenaire plutôt que l'inverse et lorsqu'elles acceptent d'avoir des relations sexuelles non protégées.

Évaluation des distractions cognitives

Dove et Wiederman (2000) ont développé une mesure permettant d'évaluer la présence des distractions cognitives pendant les relations sexuelles à partir d'un petit échantillon d'étudiantes (74 femmes). Leur instrument comprend 20 items évaluant la présence de distractions liées à l'apparence physique (10 items) et à la performance sexuelle (10 items). Le questionnaire sur les distractions présente une bonne cohérence interne ($\alpha = 0,95$) et une corrélation élevée ressort entre ces deux types de distraction. Ces catégories de distractions cognitives se sont avérées être associées à une faible estime de soi sexuelle, à l'insatisfaction sexuelle, à un manque de constance de l'orgasme, ainsi qu'au fait de prétendre avoir un orgasme (Dove & Wiederman). Par contre, cet instrument se limite à deux types de pensées: la performance sexuelle et l'apparence. Les études de Purdon et Holdaway (2006) et de Hynie et Lydon (1995)

ainsi que Hynie et al. (1997) ont démontré que d'autres types de préoccupations sont présents lors des relations sexuelles.

Pour sa part, le questionnaire de Purdon et Holdaway (2006) présente aux participants des exemples de pensées non érotiques et ceux-ci sont invités à écrire toutes les pensées qui les ont distraits de leur plaisir sexuel lors de leurs plus récentes expériences sexuelles. Le questionnaire ne contient pas d'items pré-définis auxquels doivent répondre les participants, ce qui rend les comparaisons difficiles. Chaque personne obtient un score global de pensées non-érotiques, sans égard au contenu de ces pensées qui diffèrent d'un participant à l'autre. De plus, ces exemples de pensées ne permettent pas d'évaluer les pensées concernant le partenaire (p. ex., est-ce que mon partenaire est satisfait de la façon dont je touche son corps).

Création de l'ÉDSC

Les recherches existantes ont permis d'identifier trois principaux thèmes de distractions cognitives lors des relations sexuelles, soit l'apparence physique, l'image du corps et les conséquences externes (Dove & Wierderman, 2000; Hynie & Lydon, 1995; Hynie et al. 1997; Purdon & Holdaway, 2006). Le format du nouveau questionnaire proposé tient compte de ces trois dimensions. D'abord, l'ÉDSC s'inspire du questionnaire sur les distractions cognitives de Dove et Wiederman, qui contient 20 items basés sur une échelle de type Likert en six points variant de (1) jamais à (6) toujours. Le questionnaire de Dove et Wierderman a d'abord été traduit en français. De ce questionnaire, les meilleurs items évaluant l'image du corps et la performance ont été sélectionnés par une experte du domaine de la sexualité. Les items rattachés aux

conséquences externes ont été générés à partir des résultats des recherches de Purdon et Holdaway et de Hynie et al. Ces différents items ont été présentés et examinés individuellement par un chercheur et une clinicienne experts dans le domaine de la sexualité. De ces items, 15 items ont été retenus par les deux experts (c.-à.d., après avoir reçus une évaluation positive de la part des deux experts).

Les pensées relatives aux obsessions, aux émotions et aux fantasmes ont été exclues volontairement du questionnaire afin de conserver uniquement les distractions cognitives, donc des pensées qui ont un caractère non-érotique et davantage reliées au concept de « spectating ». Cette procédure vise à cibler le plus possible les distractions des autres types de pensées. Des études antérieures se sont déjà intéressées aux obsessions (p. ex., Obsessive compulsive cognitions working group, 1977), aux émotions (p. ex., Birnbaum et al., 2006; Rowland et al., 1996; Watson et al., 1988) et aux fantasmes pendant la sexualité (p. ex., Birnbaum, 2007).

Objectif

Cette étude de validation vise à examiner les qualités psychométriques d'un nouveau questionnaire multi-items de distractions cognitives, l'Échelle des distractions cognitives lors des relations sexuelles (ÉDCS). L'ÉDCS tient compte des limites soulevées plus haut: il est plus complet sur le plan de la validité de construit, il est en français et il a été validé auprès d'un échantillon de plus grande taille, ainsi qu'auprès d'un échantillon composé de couples adultes en relation stable. De plus, cette recherche vise à présenter différentes associations entre les distractions cognitives, la satisfaction

conjugale et sexuelle ainsi que divers aspects sexuels afin de démontrer la validité convergente de l'instrument.

Étude 1

L'objectif de cette première étude vise à vérifier la structure factorielle et la cohérence interne de l'ÉDCS auprès d'étudiants hétérosexuels en relation de couple de la population générale et de vérifier les différentes associations entre les distractions cognitives, la satisfaction conjugale et la satisfaction sexuelle.

Méthode

Participants

Un échantillon de 292 étudiants en relation de couple, dont 203 femmes et 89 hommes, a été recruté parmi les étudiants de niveau secondaire (43,2 %) et collégial (56,85 %) de la province de Québec. Les participants devaient être en relation de couple au moment de l'étude et avoir eu au moins une relation sexuelle pendant les 6 derniers mois. Parmi ces participants, 1,1 % sont mariés, 11,4 % en cohabitation, 87,5 % en fréquentation. La durée moyenne de la relation est de 13,77 mois ($ÉT = 12,75$) et 1,5 % ont des enfants. Au plan du statut de la relation, 36,1 % sont dans une première relation, 35,9 % dans une deuxième relation, 19,1 % dans une troisième relation et 9 % dans une quatrième relation ou plus. La moyenne d'âge des participants est de 17 ans ($ÉT = 1,62$).

Instruments

Les participants ont répondu à une batterie de questionnaires auto-administrés d'une durée d'environ 45 minutes. Un questionnaire sociodémographique (p. ex., âge, état civil, niveau de scolarité et occupation) a permis d'obtenir des informations sur les participants. En guise de remerciement, chacun des participants a reçu une compensation de cinq dollars.

Échelle des distractions cognitives lors des relations sexuelles (ÉDCS). L'ÉDCS a été développée pour la présente étude afin d'identifier et de valider de nouvelles distractions cognitives pendant les relations sexuelles. Le questionnaire (voir appendice) inclut 15 pensées lors des relations sexuelles (p. ex., performance, apparence, préoccupations concernant les tâches quotidiennes, la contraception, les MTS, etc.) basées sur une échelle Likert en six points variant de (1) jamais à (6) toujours.

Satisfaction sexuelle. La satisfaction sexuelle a été mesurée à l'aide d'une version abrégée de l'Échelle de satisfaction sexuelle (Hudson, 1978) évaluant le niveau global de satisfaction sexuelle dans le couple. Cette version contient dix items évalués à partir d'une échelle de type Likert en cinq points variant de (1) rarement ou jamais à (5) la plupart du temps. La traduction française de l'échelle a été réalisée par Comeau et Boisvert (1985). Hudson (1978) rapporte une bonne validité concomitante et une bonne cohérence interne, avec un coefficient alpha de Cronbach 0,92. Au sein du présent échantillon, la cohérence interne est de 0,79.

Satisfaction conjugale. La satisfaction conjugale a été mesurée à l'aide d'une version française abrégée du Dyadic Adjustment Scale (DAS; Spanier, 1976) de Sabourin, Valois et Lussier (2005). L'échelle comporte quatre items qui sont évalués sur une échelle de type Likert en cinq et six points. Sabourin et al. (2005) ont démontré que la version abrégée était aussi efficace que la version originale en 32 items pour discriminer les couples en détresse des couples heureux. La version abrégée possède une cohérence interne adéquate ($\alpha = 0,84$) dans l'étude de Sabourin et al., ainsi qu'auprès du présent échantillon ($\alpha = 0,78$).

Résultats

Le Tableau 1 présente les moyennes, les écarts-type et les tests *t* permettant de faire ressortir les différences hommes/femmes relatives aux 15 distractions cognitives. Les coefficients de saturation issus d'une analyse factorielle exploratoire permettent de valider la structure factorielle de l'instrument. Selon les analyses de comparaison, les femmes rapportent plus de distractions cognitives relatives à leur apparence physique que les hommes (items 1, 6, 12). Au niveau de la performance, les femmes rapportent plus de distractions que les hommes face à leurs habiletés à satisfaire leur partenaire (item 8). Elles ont également des distractions face à la performance du partenaire (item 5). Au niveau des conséquences externes, les femmes craignent davantage d'être surprises ou entendues par d'autres personnes lors des relations sexuelles (item 14). Comparativement aux femmes, les hommes sont plus distraits par leur performance

Tableau 1

Statistiques descriptives, tests t et coefficient de saturation des items de l'ÉDCS auprès des 292 étudiants

Distractions cognitives	Femmes M (ÉT) ($n=203$)	Hommes M (ÉT) ($n=89$)	Asymétrie (ES)	Kurtose (ES)	t	Coefficient de saturation	Alpha si l'item est retiré
1. Je crains que mon (ma) partenaire ne soit pas excité(e) à la vue de mon corps sans mes vêtements.	2,21 (1,18)	1,75 (0,97)	1,007 (0,143)	0,687 (0,284)	3,12**	0,743	0,807
2. Il m'arrive d'être préoccupé(e) par des tâches quotidiennes, comme le ménage, le lavage, etc.	1,52 (0,96)	1,34 (0,79)	2,322 (0,143)	5,756 (0,284)	1,61	0,281	0,829
3. Je me demande si mon (ma) partenaire est satisfaite(e) de la façon dont je touche son corps.	2,75 (1,21)	2,74 (1,41)	0,463 (0,143)	-0,190 (0,285)	0,10	0,693	0,810
4. Je m'inquiète à propos du moyen de contraception utilisé ou de la possibilité d'une grossesse non-planifiée.	2,14 (1,24)	2,22 (1,21)	0,907 (0,143)	0,232 (0,284)	0,54	0,385	0,827
5. Il m'arrive d'avoir hâte que mon (ma) partenaire obtienne son orgasme pour que l'activité sexuelle se termine.	2,00 (0,96)	1,47 (0,88)	1,167 (0,143)	1,329 (0,284)	4,41***	0,467	0,821
6. Je suis distrait(e) par des pensées envers la perception que mon (ma) partenaire peut avoir de mon corps.	2,21 (1,09)	1,80 (1,01)	0,773 (0,143)	-0,189 (0,285)	2,99*	0,758	0,805
7. Il m'arrive de penser que mon (ma) partenaire n'est pas très habile pour me satisfaire sur le plan sexuel.	1,77 (0,93)	1,67 (0,97)	1,290 (0,143)	1,358 (0,285)	0,84	0,495	0,820
8. J'ai des doutes à propos de mes habiletés à satisfaire mon (ma) partenaire sur le plan sexuel.	2,35 (1,09)	1,96 (1,00)	0,767 (0,143)	0,518 (0,285)	2,86**	0,747	0,807
9. Je suis dérangé(e) par des pensées concernant des situations stressantes (travail, famille, conflits, études, etc.)	1,80 (0,94)	1,58 (0,95)	1,188 (0,143)	0,779 (0,284)	1,81	0,375	0,824
10. Il m'arrive de penser que mon (ma) partenaire aurait pu m'être infidèle.	1,53 (0,93)	1,66 (0,88)	1,979 (0,143)	4,595 (0,284)	1,07	0,438	0,823
11. Je crains que mon (ma) partenaire s'impatiente si je n'obtiens pas un orgasme assez rapidement ou si je l'obtiens trop rapidement.	1,55 (0,91)	2,24 (1,26)	1,407 (0,143)	1,191 (0,284)	4,60***	0,502	0,821
12. Je peux davantage me concentrer sur mon plaisir si je suis dans une position où mon (ma) partenaire ne peut pas voir mon corps.	2,11 (1,25)	1,62 (1,07)	1,180 (0,143)	0,570 (0,284)	3,12**	0,569	0,818
13. Je suis dérangé(e) par des pensées envers mes performances sexuelles.	1,98 (1,05)	1,89 (1,15)	1,207 (0,143)	1,395 (0,285)	0,65	0,745	0,806
14. Je crains d'être surpris(e) ou entendu(e) par d'autres personnes.	2,74 (1,25)	2,27 (1,14)	0,464 (0,143)	-0,357 (0,284)	3,01**	0,412	0,826
15. J'ai des inquiétudes à propos des maladies transmises sexuellement.	1,71 (0,92)	2,00 (1,17)	1,309 (0,143)	1,453 (0,284)	2,00*	0,381	0,824

* $p < 0,05$. ** $p < 0,01$. *** $p < 0,001$.

sexuelle et plus particulièrement à l'idée d'avoir un orgasme trop tôt ou trop tard (item 11). Ils ont également plus d'inquiétudes à propos des maladies transmises sexuellement (item 15). Au niveau du score global (non présenté dans le Tableau 1), les comparaisons de moyennes indiquent que les femmes ($M=2,13$; $ÉT=0,56$) présentent autant de distractions que les hommes ($M=2,03$; $ÉT=0,50$; $t(290) = 1,38$, n.s.).

Une analyse factorielle exploratoire avec la méthode d'extraction « Factorisation en axes principaux » a été conduite sur les 15 items et présente une mesure d'adéquacité de l'échantillonnage de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) satisfaisante (0,835). La matrice de corrélation est aussi adéquate selon le test de Bartlett ($\chi^2(105) = 1252,349$, $p < 0,001$). L'analyse factorielle permet de dégager un seul facteur ayant une valeur propre supérieure à 1 et expliquant 30,89 % de la variance totale. Tel que présenté au Tableau 1, les saturations des items sont satisfaisantes en utilisant un critère de 0,30, mis à part pour l'item sur les tâches quotidiennes (qui pourrait être une préoccupation moins présente chez une population étudiante). La cohérence interne de cette structure unidimensionnelle, calculée à partir d'un alpha de Cronbach, est de 0,83, ce qui témoigne de l'homogénéité satisfaisante de l'échelle globale.

Des analyses de corrélation entre le score global des distractions cognitives (15 items) et de la satisfaction sexuelle et conjugale ont également été effectuées. Les résultats présentent des corrélations négatives entre les distractions cognitives et la satisfaction sexuelle ($r(290) = -0,52$, $p < 0,001$) ainsi que la satisfaction conjugale ($r(290) = -0,34$, $p < 0,001$). Tel qu'attendu, la satisfaction sexuelle et la satisfaction

conjugale sont aussi reliées positivement ($r(290) = 0,45, p < 0,001$). L'ensemble de ces corrélations témoigne d'une bonne validité convergente de l'ÉDCS.

Étude 2

L'objectif de cette deuxième étude vise à vérifier la structure factorielle et la cohérence interne de l'ÉDCS auprès de couples d'adultes hétérosexuels de la population générale et de vérifier les différentes associations entre les distractions cognitives, la satisfaction conjugale et différents aspects de la vie sexuelle.

Méthode

Participants

L'échantillon se compose de 106 femmes et 75 hommes provenant de la population générale de la province de Québec, parmi lesquels 70 sont des couples (l'homme et la femme du même couple). Parmi ces participants, 30 % sont mariés et 70 % en cohabitation. La durée moyenne de la relation est de neuf ans ($ÉT = 4,41$) et 53 % ont des enfants. La moyenne d'âge des femmes est de 31,78 ans ($ÉT = 3,50$) et de 34,31 ans ($ÉT = 4,34$) pour les hommes.

Instruments

Les participants ont répondu à une batterie de questionnaires auto-administrés d'une durée d'environ 45 minutes. Un questionnaire sociodémographique a permis d'obtenir des informations sur les participants. En guise de remerciement, chacun des participants a reçu une compensation monétaire de dix dollars.

Échelle des distractions cognitives lors des relations sexuelles (ÉDCS). La version en 15 items de l'ÉDCS validée à l'étude 1 a été utilisée auprès de cet échantillon. La cohérence interne de l'ÉDCS (15 items) est de 0,79 pour les femmes et 0,75 pour les hommes de cet échantillon.

Questionnaire sur la sexualité. L'évaluation de l'expérience sexuelle pour la présente étude a été réalisée à partir des 6 items suivants: la fréquence mensuelle des relations sexuelles, l'évitement de la sexualité, la perception de l'évitement sexuel du partenaire, les fantasmes/rêves sexuels incluant le partenaire, les difficultés sexuelles et le fait d'accepter d'avoir des relations sexuelles lorsque la personne n'en a pas envie. Ces items ont déjà été utilisés dans l'étude de Brassard, Shaver et Lussier (2007) pour évaluer l'expérience sexuelle.

Satisfaction conjugale. La satisfaction conjugale a été mesurée à l'aide de la version française abrégée en quatre items du Dyadic Adjustment Scale (DAS; Spanier, 1976) de Sabourin et al. (2005). Au sein de cet échantillon, la cohérence interne de l'instrument est de 0,88 pour les femmes et 0,82 pour les hommes.

Résultats

Le Tableau 2 présente les moyennes, les écarts-type, les indices d'asymétrie et d'aplatissement et les tests *t* appariés pour les 15 distractions cognitives des 70 couples. De plus, les coefficients de saturation issus de l'analyse factorielle exploratoire permettant de valider la structure factorielle de l'instrument à partir de l'échantillon des 106 femmes et 75 hommes sont présentés, de même que l'alpha en cas de suppression de

Tableau 2

Statistiques descriptives, tests *t* appariés sur les 70 couples complets et coefficient de saturation séparément pour hommes et femmes

Items ÉDSC	Femmes (<i>n</i> =70)			Hommes (<i>n</i> = 70)			<i>t</i> apparié	Femmes (<i>n</i> =106)		Hommes (<i>n</i> =75)	
	<i>M</i> (<i>ÉT</i>)	Asymétrie (ES)	Kurtose (ES)	<i>M</i> (<i>ÉT</i>)	Asymétrie (ES)	Kurtose (ES)		Coefficient saturation	Alpha si item retiré	Coefficient saturation	Alpha si item retiré
Item 1	2,21 (1,10)	1,306 (0,287)	0,559 (0,566)	1,64 (0,95)	0,629 (0,287)	-0,139 (0,566)	3,44**	0,553	0,718	0,674	0,775
Item 2	2,19 (1,20)	2,201 (0,287)	5,036 (0,566)	1,31(0,63)	0,888 (0,287)	0,435 (0,566)	5,24***	0,373	0,744	0,227	0,782
Item 3	2,61 (1,23)	0,000 (0,287)	-0,731 (0,566)	3,06 (1,36)	0,832 (0,287)	0,503 (0,566)	2,20*	0,661	0,697	0,753	0,765
Item 4	1,41 (0,79)	3,148 (0,287)	12,453 (0,566)	1,39 (0,86)	2,203 (0,287)	5,516 (0,566)	0,207	0,379	0,740	0,331	0,783
Item 5	2,16 (0,85)	1,713 (0,287)	3,129 (0,566)	1,40 (0,65)	0,136 (0,287)	-0,772 (0,566)	6,16***	0,373	0,735	0,422	0,782
Item 6	2,24 (1,03)	1,671 (0,287)	2,372 (0,566)	1,41 (0,70)	1,057 (0,287)	1,801 (0,566)	5,88***	0,780	0,726	0,538	0,751
Item 7	1,90 (1,01)	0,626 (0,287)	-0,796 (0,566)	1,96 (1,00)	1,250 (0,287)	1,697 (0,566)	0,39	0,355	0,720	0,574	0,785
Item 8	2,43 (0,96)	0,342 (0,287)	-0,480 (0,566)	2,27 (1,00)	0,465 (0,287)	0,136 (0,566)	1,05	0,787	0,710	0,734	0,751
Item 9	2,37 (1,05)	1,802 (0,287)	4,650 (0,566)	1,59 (0,79)	0,889 (0,287)	1,391 (0,566)	5,17***	0,376	0,743	0,244	0,780
Item 10	1,31 (0,65)	1,891 (0,287)	2,629 (0,566)	1,29 (0,57)	2,202 (0,287)	4,631 (0,566)	0,29	0,439	0,743	0,295	0,779
Item 11	1,49 (0,83)	0,701 (0,287)	-0,216 (0,566)	2,00 (1,00)	2,007 (0,287)	4,466 (0,566)	3,58**	0,490	0,725	0,577	0,780
Item 12	1,89 (1,06)	4,785 (0,287)	26,576 (0,566)	1,23 (0,75)	1,599 (0,287)	3,373 (0,566)	5,63***	0,557	0,740	0,292	0,775
Item 13	1,83 (0,93)	0,708 (0,287)	-0,708 (0,566)	1,94 (1,02)	0,796 (0,287)	-0,433 (0,566)	0,78	0,688	0,699	0,793	0,764
Item 14	2,23 (1,19)	2,097 (0,287)	5,108 (0,566)	1,57 (0,89)	0,909 (0,287)	0,602 (0,566)	4,00***	0,407	0,748	0,192	0,785
Item 15	1,04 (0,20)	4,849 (0,287)	24,540 (0,566)	1,20 (0,81)	4,577 (0,287)	19,517 (0,570)	1,56	0,021	0,774	-0,198	0,792

* *p* < 0,05. ** *p* < 0,01. *** *p* < 0,001.

chaque item. Selon les analyses de comparaison, les femmes présentent plus de distractions cognitives basées sur l'image du corps que les hommes (items 1, 6, 12). Au niveau de la performance, les femmes rapportent plus de distractions que les hommes rattachées à la performance sexuelle de leur partenaire et plus particulièrement au fait d'avoir hâte que le partenaire obtienne son orgasme pour que l'activité sexuelle se termine (item 5). Comparativement aux femmes, les hommes se montrent plus préoccupés par leur propre performance sexuelle et plus particulièrement face à leurs habiletés à satisfaire leur partenaire (item 3), de même qu'à la peur que leur partenaire s'impatiente s'ils obtiennent un orgasme trop rapidement ou trop lentement (item 11). Au niveau des conséquences externes, les femmes ont plus de distractions que les hommes concernant les tâches quotidiennes (item 2), les situations stressantes (item 9) et la peur d'être surprises ou entendues (item 14). Au niveau du score global (non présenté dans le Tableau 2), les comparaisons de moyennes indiquent que les femmes ($M=2,02$; $ÉT=0,50$) rapportent significativement plus de distractions que les hommes ($M=1,72$; $ÉT=0,45$; $t(69) = 5,09$, $p < 0,001$).

Deux analyses factorielles exploratoires avec factorisation en axes principaux (méthode d'extraction) ont été conduites séparément chez les femmes et les hommes afin de tenir compte de la non-indépendance des observations de couple. Les analyses factorielles présentent une mesure d'adéquacité de l'échantillonnage de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) acceptable (0,671 pour les femmes; 0,682 pour les hommes). Selon le test de Bartlett, la matrice de corrélation est adéquate pour les femmes ($\chi^2(105) = 494,076$, $p < 0,001$) de même que pour les hommes ($\chi^2(105) = 307,976$, $p < 0,001$). Les deux

analyses factorielles permettent de dégager un seul facteur ayant une valeur propre supérieure à 1 et expliquant 26,96 % de la variance totale pour les femmes et 25,26 % pour les hommes. Les indices de saturation des items sont satisfaisants en utilisant un critère de 0,30, mis à part certains items (voir Tableau 2). Tout d'abord, l'item 15 présente un coefficient de saturation faible pour les femmes et les hommes. Il est fort probable que les couples en relation de plus longue durée soient moins préoccupés par les ITS. Les items concernant les tâches ménagères (item 2), les situations stressantes (item 9), l'infidélité du partenaire (item 10), la position du corps (item 12) et la peur d'être surpris ou entendus (item 14) présentent une saturation adéquate chez les femmes uniquement, ce qui semble refléter que ces préoccupations sont plus présentes chez les femmes que les hommes.

Le Tableau 3 présente des corrélations entre les scores globaux de distractions cognitives des femmes et des hommes et les items évaluant l'expérience sexuelle. Les résultats indiquent que les distractions cognitives des femmes et des hommes sont reliées à leurs difficultés sexuelles ainsi qu'à la perception du conjoint comme évitant les relations sexuelles. De plus, les distractions des femmes sont reliées à leur évitement de la sexualité et au fait d'accepter d'avoir des relations sexuelles lorsqu'elles ne les désirent pas. Les distractions cognitives des femmes sont positivement reliées aux distractions cognitives de leur conjoint ($r(68) = 0,464, p < 0,001$). Lorsque les femmes perçoivent que leur partenaire évite la sexualité et lorsqu'elles ont moins de fantasmes

Tableau 3

Corrélations entre les scores de distractions cognitives, l'expérience sexuelle et la satisfaction conjugale des hommes et des femmes de l'échantillon

Expérience sexuelle de la femme	Distractions cognitives (total, femmes)	Distractions cognitives (total, hommes)
1. Fréquence des relations sexuelles	-0,114	-0,129
2. Évitement sexuel	0,373**	0,180
3. Perception de l'évitement sexuel du partenaire	0,224*	0,251*
4. Fantômes/rêves qui incluent le partenaire	-0,155	-0,332**
5. Difficultés sexuelles	0,226*	0,181
6. Accepter les relations sexuelles non-désirées	0,335**	0,237
Expérience sexuelle de l'homme		
1. Fréquence des relations sexuelles	-0,226	-0,097
2. Évitement sexuel	-0,125	0,076
3. Perception de l'évitement sexuel du partenaire	0,204	0,309**
4. Fantômes/rêves qui incluent le partenaire	-0,087	0,038
5. Difficultés sexuelles	-0,053	0,238*
6. Accepter les relations sexuelles non-désirées	0,082	0,123
Satisfaction conjugale de la femme	-0,307**	-0,242*
Satisfaction conjugale de l'homme	-0,214	-0,237*

* $p < 0,05$. ** $p < 0,01$. *** $p < 0,001$.

ou de rêves qui incluent leur partenaire, les hommes ont plus de distractions cognitives. Ces corrélations ainsi que des liens négatifs entre les distractions cognitives et la satisfaction conjugale des conjoints témoignent d'une bonne validité convergente de l'ÉDCS.

Discussion générale

Le but de ces deux études visait la validation en langue française d'un nouveau questionnaire multi-items de distractions cognitives lors des relations sexuelles, qui tient compte des trois dimensions les plus souvent identifiées dans la documentation scientifique. Les deux études appuient la validité de construit, la validité convergente et la cohérence interne de l'ÉDCS.

L'étude 1 a permis une première vérification de la structure factorielle et de la cohérence interne de l'ÉDSC auprès d'étudiants hétérosexuels en relation de couple de la population générale et de vérifier les différentes associations entre les distractions cognitives, la satisfaction conjugale et la satisfaction sexuelle. L'analyse factorielle n'a permis de dégager qu'un seul facteur des distractions cognitives, plutôt que trois différents facteurs, tel qu'anticipé initialement. Il s'avère que les trois facteurs proposés dans la documentation présentent une grande hétérogénéité, ce qui rend difficile leur regroupement en trois facteurs distincts. Toutefois, la cohérence interne de la structure unidimensionnelle témoigne d'une homogénéité satisfaisante de l'échelle globale. Les indices de saturation des items sont satisfaisants, mis à part l'item sur les tâches quotidiennes, qui ressort comme une préoccupation moins importante chez une population étudiante (elle semble plus présente chez les couples adultes, comme le

démontre les indices de saturation de cet item dans l'étude 2). Cet item a donc été conservé, puisque le questionnaire présente l'avantage de s'adresser tant aux adolescents qu'aux adultes.

Au niveau du score global, aucune différence de moyenne significative n'est apparue entre les distractions cognitives des femmes et des hommes. De façon plus spécifique, les femmes rapportent plus de distractions cognitives relatives à leur apparence physique que les hommes. Il semble que ces préoccupations relatives à l'apparence concernent principalement la perception que leur partenaire peut avoir de leur corps. Bien que les femmes rapportent aussi des distractions au niveau de la performance, les hommes sont plus distraits par leur performance sexuelle et plus particulièrement à l'idée d'avoir un orgasme trop tôt ou trop tard. Ces résultats sont cohérents avec les recherches antérieures (Meana & Nunnink, 2006; Purdon & Holdaway, 2006; Wiederman, 2000) au niveau de l'image du corps et de la performance. Au plan des conséquences externes, les femmes craignent davantage d'être surprises ou entendues par d'autres personnes lors des relations sexuelles et les hommes présentent plus d'inquiétudes à propos des maladies transmises sexuellement.

Les analyses corrélationnelles montrent des relations négatives entre les distractions cognitives, la satisfaction sexuelle et la satisfaction conjugale. Ces résultats appuient la validité convergente de l'outil et ils corroborent les études antérieures traitant des associations entre les distractions cognitives et l'insatisfaction sexuelle (p. ex., Dove & Wiederman, 2000; Meana & Nunnink, 2006; Purdon & Holdaway, 2006).

L'étude 2 a permis de vérifier la structure factorielle et la cohérence interne de l'ÉDSC, auprès de couples d'adultes hétérosexuels de la population générale et de vérifier les différentes associations entre les distractions cognitives, la satisfaction conjugale et différents aspects sexuels. À l'instar de l'étude 1, les résultats des analyses factorielles exploratoires de l'étude 2 ne font ressortir qu'un seul facteur expliquant les distractions cognitives. Les indices de saturation des items sont aussi satisfaisants, mis à part certains items reliés aux conséquences externes, telles que les ITS. Ici aussi, il est possible que les pensées reliées aux ITS soient moins préoccupantes pour les couples de longue durée que chez les étudiants en relation de couple. Comparativement aux étudiantes de l'étude 1, les femmes en relation de couple depuis plusieurs années paraissent plus préoccupées par les tâches quotidiennes et les situations stressantes.

Les résultats de l'étude 2 indiquent également que les distractions cognitives des femmes et des hommes sont reliées aux difficultés sexuelles et à l'insatisfaction conjugale. Lorsque les femmes acceptent d'avoir des relations sexuelles avec leur partenaire même si elles ne le désirent pas, il est possible que cette discordance entre leur comportement et leur désir favorise les distractions cognitives. Selon les recherches de Walen (1980) et Wolf et Walen (1980), une perception négative d'un événement sexuel tend à diminuer l'excitation sexuelle et les comportements sexuels satisfaisants.

Les corrélations négatives entre les distractions cognitives et la satisfaction conjugale témoignent d'une bonne validité convergente de l'ÉDCS. Contrairement à l'étude 1, des différences significatives ressortent entre les distractions des femmes et des hommes. De façon plus spécifique, les femmes présentent plus de distractions

cognitives basées sur l'image du corps que les hommes. Elles présentent également des distractions au niveau de la performance, mais celles-ci sont davantage reliées à leur perception de la performance sexuelle. Contrairement à l'étude 1 et aux résultats obtenus dans l'étude de Purdon et Holdaway (2006), des différences significatives ressortent au plan des conséquences externes. Les femmes en relation de couple rapportent plus de distractions que les hommes concernant les tâches quotidiennes, les situations stressantes et la peur d'être surprises ou entendues.

Forces, limites et implications

L'ÉDSC présente l'avantage de s'adresser à la fois aux femmes et aux hommes hétérosexuels ainsi qu'aux étudiants en relation de couple et aux adultes en relation de plus longue durée. Il comprend des items prédéfinis qui sont faciles à répondre en peu de temps. Cet instrument pourrait être utilisé en clinique pour amorcer une discussion et identifier des distractions cognitives qui interfèrent avec l'expérience sexuelle et la satisfaction conjugale. Le questionnaire pourrait aussi être utilisé auprès des individus qui présentent des dysfonctions sexuelles, car ces derniers paraissent souvent préoccupés par l'anxiété de performance. Il devra toutefois être validé auprès d'une population clinique, avec et sans dysfonction sexuelle.

Le questionnaire présente également certaines limites. Tout d'abord, la stabilité temporelle de l'instrument n'a pas encore été vérifiée et devrait faire l'objet d'une prochaine étude. Les deux études présentées ont été réalisées à partir de questionnaires auto-rapportés sur les expériences sexuelles. Certaines réponses ou certains souvenirs

peuvent donc avoir été modifiés ou faire l'objet d'un biais de désirabilité sociale. Le questionnaire actuel ne peut être généralisé à l'ensemble de la population, ayant été validé auprès de personnes en relation de couple hétérosexuel uniquement. Il est possible d'envisager que les personnes investies dans une relation de couple homosexuel puissent présenter des thèmes différents de distractions cognitives. L'instrument ne comprend pas actuellement d'items de distractions reliées aux abus sexuels, ce qui pourrait être une préoccupation très envahissante chez les victimes d'abus sexuel. Dans l'étude 1, la satisfaction conjugale a été mesurée à l'aide d'une version française abrégée du Dyadic Adjustment Scale (DAS; Spanier, 1976) de Sabourin, Valois et Lussier (2005), validée pour les couples mariés ou en cohabitation, alors que l'échantillon de l'étude était composé majoritairement d'étudiants en relation de fréquentation, ce qui pourrait constituer une limite pour cette étude. Toutefois, il est possible que les résultats aient été peu affectés par cette limite, puisque les quatre items de l'échelle abrégée du DAS se veulent très généraux.

Au plan de la structure factorielle, les différents thèmes de distractions cognitives de l'échelle ÉDSC se regroupent sous une structure unidimensionnelle plutôt que tridimensionnelle. Même si un seul score global a pu être calculé, celui-ci s'avère satisfaisant et les différents liens établis avec des mesures de satisfaction sexuelle (étude 1) et de difficultés sexuelles (étude 2) présentent des implications possibles au niveau du traitement des difficultés sexuelles. L'utilisation de questionnaire en recherche et en clinique permettrait de faciliter l'identification des distractions cognitives autant chez les femmes que chez les hommes de différents groupes d'âge, qu'ils présentent des

difficultés sexuelles ou non. Les intervenants pourraient ainsi mieux cibler ces pensées et amorcer un travail visant à modifier ou remplacer certaines distractions cognitives qui peuvent nuire au fonctionnement sexuel.

Les résultats des deux études présentées incitent à poursuivre la recherche afin d'examiner davantage le contenu des pensées non-érotiques et les différences de genre pour mieux comprendre et intervenir face aux difficultés sexuelles. Par exemple, les résultats invitent à examiner les différences entre les femmes impliquées dans une relation de couple de plus longue durée et les femmes dans une relation de plus courte durée et en particulier, au plan des préoccupations externes, telles que les tâches ménagères, la famille. D'autres recherches pourraient également s'intéresser aux différents thèmes de distractions cognitives en lien avec l'homosexualité, la relation de couple, les traumatismes, tels les abus sexuels. Il pourrait aussi être pertinent de s'intéresser à l'influence des distractions du ou de la partenaire sur ses propres distractions lors de l'activité sexuelle. D'autres recherches pourraient s'intéresser aux facteurs qui prédisposent les individus à développer certains thèmes de distractions plutôt que d'autres (p. ex., les différents modèles parentaux, les influences culturelles et les styles d'attachement).

Références

- Barlow, D. H. (1986). Causes of sexual dysfunction: The role of anxiety and cognitive interference. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 54*, 140-148.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and emotional disorders*. New York: International Universities Press.
- Beck, A. T., Rush, A., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford.
- Beck, A. T. (1988). *Love is never enough*. New York: Harper and Row.
- Beck, J. G., & Barlow, D. H. (1986). The effects of anxiety and attentional focus on sexual responding: I. Physiological patterns in erectile dysfunction, *Behaviour Research and Therapy, 24*, 9-17.
- Birnbaum, G. E. (2007). Beyond the borders of reality: Attachment orientations and sexual fantasies. *Personal Relationships, 14*, 321-342.
- Birnbaum, G., Glaubman, H., & Mikulincer, M. (2001). Women's experience of heterosexual intercourse-scale construction, factor structure, and relations to orgasmic disorder. *Journal of Sex Research, 38*, 191-204.
- Birnbaum, G. E., Gillath, O., Mikulincer, M., & Reis, H. T. (2006). When sex is more than just sex: Attachment orientations, sexual experience, and relationship quality, *Journal of Personality and Social Psychology, 91*, 929-943.
- Blumstein, P., & Schwartz, P. (1983). *American couples: Money, work, sex*. New York: William Morrow.

- Brassard, A., Shaver, P. R., & Lussier, Y. (2007). Attachment, sexual experience, and sexual pressure in romantic relationships: A dyadic approach. *Personal Relationships, 14*, 475-493.
- Byers, E. S., & Demmons, S. (1999). Sexual satisfaction and sexual self-disclosure within dating relationships. *Journal of Sex Research, 36*, 180-189.
- Byers, E. S., & MacNeil, S. (1997). The relationships between sexual problems, communication, and sexual satisfaction. *The Canadian Journal of Human Sexuality, 6*, 277-287.
- Comeau, S., & Boisvert, J-M. (1985). *Traduction du questionnaire de satisfaction sexuelle*. Document inédit. Montréal.
- Darling, C. A., Davidson, J. K., & Cox, R. P. (1991). Female sexual response and the timing of partner orgasm. *Journal of Sex and Marital Therapy, 17*, 3-21.
- Doss, B. D., Simpson, L. E., & Christensen, A. (2004). Why do couples seek marital therapy? *Professional Psychology: Research and Practice, 6*, 608-614.
- Dove, N. L., & Wiederman, M. W. (2000). Cognitive distraction and women's sexual functioning. *Journal of Sex and Marital Therapy, 26*, 67-78.
- Epstein, N. B., & Baucom, D. H. (1993). Cognitive factors in marital disturbance. Dans K. S. Dobson & P. C. Kendall (Éds.), *Psychopathology and Cognition* (pp. 351-385). San Diego: Academic Press.
- Edwards, J. N., & Booth, A. (1994). Sexuality, marriage, and well-being: The middle years. Dans A. S. Rossi (Éds.), *Sexuality across the life course* (pp. 233-259). Chicago: University of Chicago Press.

- Elliott, A. N., & O'Donohue, W. T. (1997). The effects of anxiety and distraction on sexual arousal in a nonclinical sample of heterosexual women. *Archives of Sexual Behavior*, 26, 607-624.
- Ellis, A. (1977). The basic clinical theory of rational-emotive therapy. Dans A. Ellis & R. Grieger (Éds.), *Handbook of rational-emotive therapy* (pp. 3-34). New York: Springer.
- Doss, B. D., Simpson, L. E., & Christensen, A. (2004). Why do couples seek marital therapy? *Professional Psychology: Research and Practice*, 6, 608-614.
- Edwards, J. N., & Booth, A. (1994). Sexuality, marriage, and well-being: The middle years. Dans A. S. Rossi (Éds.), *Sexuality across the life course* (pp. 233-259). Chicago: University of Chicago Press.
- Faith, M. S., & Schare, M. L. (1993). The role of body image in sexually avoidant behavior. *Archives of Sexual Behavior*, 22, 345-356.
- Glenn, N. D. (1990). Quantitative research on marital quality in the 1980s: A critical review. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 818-831.
- Geer, J., & Fuhr, R. (1976). Cognitive factors in sexual arousal: The role of distraction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 44, 238-243.
- Greeley, A. M. (1991). *Faithful attraction: Discovering intimacy, love, and fidelity in American marriage*. New York: Doherty.
- Hawton, K. (1985). *Sex therapy: A practical guide*. Oxford, England: Oxford University Press.
- Heiman, J. R. (2002). Sexual dysfunction: Overview of prevalence, etiological factors and treatments. *Journal of Sex Research*, 39, 73-78.

- Holmes, J. G. (2000). Social relationships: The nature and function of relational schemas. *European Journal of Social Psychology*, 30, 447-495.
- Hudson, W. W. (1978). *A measurement package for clinical workers*. Honolulu: University of Hawaiï school of social work.
- Hynie, M., & Lydon, J. E. (1995). Women's perceptions of female contraceptive behavior: Experimental evidence of the sexual double standard. *Psychology of Women Quarterly*, 19, 563-581.
- Hynie, M., Lydon, J. E. & Taradash, A. (1997). Commitment, intimacy, and women's perceptions of premarital sex and contraceptive readiness. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 447-464.
- Karafa, J. A., & Cozzarelli, C. (1997). Shyness and reduced sexual arousal in males: The transference of cognitive interference. *Basic and Applied Social Psychology*, 19, 329-344.
- Laumann, E. O., Paik, A., & Rosen, R. C. (1999). Sexual dysfunction in the United States. *Journal of the American Medical Association*, 281, 537-544.
- Lawrence, K., & Byers, E. S. (1995). Sexual satisfaction in long-term heterosexual relationships: The interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Personal Relationships*, 2, 267-285.
- Lazarus, A. A. (1963). The treatment of chronic frigidity by systematic desensitization. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 136, 272-278.
- Laumann, E. O., Gagnon, J. H., Michael, R. T., & Michaels, S. (1995). *The social organisation of sexuality: Sexual practices in the United States*. Chicago: University of Chicago Press.

- Leiblum, S. R. (2007). *Principles and practice of sex therapy*. New York: Guilford press.
- Masters, W. H. & Johnson, V. E. (1970). *Human sexual inadequacy*. Little Brown, Boston: Mass.
- Meana, M. & Nunnink, S. E. (2006). Gender differences in the content of cognitive distraction during sex. *Journal of Sex Research*, 43, 59-68.
- Nezlek, J. (1999). Body image and day-to-day social interaction. *Journal of Personality*, 67, 793-817.
- Obsessive Compulsive Cognitions Working Group (1977). Cognitive assessment of obsessive compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 35, 667-681.
- Pridal, C. G., & LoPiccolo, J. (2000). Multielement treatment of desire disorders. Dans S. R. Leiblum & R. C. Rosen (Éds.), *Principles and practice of sex therapy* (pp. 57-81). New York: Guilford.
- Przybyla, D. P., & Byrne, D. (1984). The mediating role of cognitive processes in self-reported sexual arousal. *Journal of Research in Personality*, 18, 54-63.
- Purdon, C., & Holdaway, L. (2006). Non-erotic thoughts: Content and relation to sexual functioning and sexual satisfaction. *Journal of Sex Research*, 43, 154-162.
- Reinholtz, R. K. & Muehlenhard, C. L. (1995). Genital perceptions and sexual activity in a college population. *Journal of Sex Research*, 32, 155-165.
- Rowland, D. L., Cooper, S. E., & Slob, A. K. (1996). Genital and psychoaffective response to erotic stimulation in sexually functional and dysfunctional men. *Journal of Abnormal Psychology*, 105, 194-203.

- Sabourin, S., Valois, P., & Lussier, Y. (2005). Development and validation of a brief version of the dyadic adjustment scale with a nonparametric item analysis model. *Psychological Assessment, 17*, 15-27.
- Sbrocco, T., & Barlow, D. H. (1996). Conceptualizing the cognitive component of sexual arousal: Implications for sexuality research and treatment. Dans P. Salkovskis (Éd.), *Frontiers of cognitive therapy* (pp. 419-449). New York: Guilford Press.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family, 38*, 15-28.
- Trapnell, P. D., Meston, C. M., & Gorzalka, B. B. (1997). Spectatoring and the relationship between body image and sexual experience: self-focus or self-valence. *Journal of Sex Research, 34*, 267-278.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 1063-1070.
- Walen, S. R. (1980). Cognitive factors in sexual behaviour. *Journal of sex and Marital Therapy, 6*, 87-101.
- Wiederman, M. W. (2000). Women's body image self-consciousness during physical intimacy with a partner. *Journal of Sex Research, 37*, 60-68.
- Wiederman, M. W. (2002). Body image and sexual functioning. Dans T. F. Cash & T. Pruzinsky (Éds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 287-294). New York: Guilford Press.

Wolfe, J., & Walen, S. R. (1980). Cognitive factors in sexuality. Dans R. Grieger & I. Z. Grieger (Éds.), *Cognition and emotional disturbance* (pp. 148-173). New York: Human Sciences Press.

Appendice

Échelle des distractions cognitives lors des relations sexuelles

Pendant les activités sexuelles, la plupart des gens ont des pensées concernant différentes choses. Pour chaque question, indique jusqu'à quel point il t'arrive d'avoir cette pensée en encerclant le chiffre approprié. L'expression partenaire réfère à ton partenaire amoureux ou sexuel actuel. L'expression activité sexuelle correspond à la stimulation mutuelle des organes génitaux (orale ou manuelle) ou à une relation sexuelle (avec pénétration).

PENDANT LES ACTIVITÉS SEXUELLES...	La plupart du temps					
	Toujours		Souvent	Parfois	Rarement	Jamais
1. je crains que mon (ma) partenaire ne soit pas excité(e) à la vue de mon corps sans mes vêtements.	1	2	3	4	5	6
2. il m'arrive d'être préoccupé(e) par des tâches quotidiennes, comme le ménage, le lavage, etc.	1	2	3	4	5	6
3. je me demande si mon (ma) partenaire est satisfaite(e) de la façon dont je touche son corps.	1	2	3	4	5	6
4. je m'inquiète à propos du moyen de contraception utilisé ou de la possibilité d'une grossesse non-planifiée.	1	2	3	4	5	6
5. il m'arrive d'avoir hâte que mon (ma) partenaire obtienne son orgasme pour que l'activité sexuelle se termine.	1	2	3	4	5	6
6. je suis distrait(e) par des pensées envers la perception que mon (ma) partenaire peut avoir de mon corps.	1	2	3	4	5	6
7. il m'arrive de penser que mon (ma) partenaire n'est pas très habile pour me satisfaire sur le plan sexuel.	1	2	3	4	5	6
8. j'ai des doutes à propos de mes habiletés à satisfaire mon (ma) partenaire sur le plan sexuel.	1	2	3	4	5	6
9. je suis dérangé(e) par des pensées concernant des situations stressantes (travail, famille, conflits, études, etc.)	1	2	3	4	5	6
10. il m'arrive de penser que mon (ma) partenaire aurait pu m'être infidèle.	1	2	3	4	5	6
11. je crains que mon (ma) partenaire s'impatiente si je n'obtiens pas un orgasme assez rapidement ou si je l'obtiens trop rapidement.	1	2	3	4	5	6
12. je peux davantage me concentrer sur mon plaisir si je suis dans une position où mon (ma) partenaire ne peut pas voir mon corps.	1	2	3	4	5	6
13. je suis dérangé(e) par des pensées envers mes performances sexuelles.	1	2	3	4	5	6
14. je crains d'être surpris(e) ou entendu(e) par d'autres personnes.	1	2	3	4	5	6
15. j'ai des inquiétudes à propos des maladies transmises sexuellement.	1	2	3	4	5	6

Conclusion

Les deux études réalisées à l'intérieur de cet essai de doctorat représentent une première étape vers la validation d'un nouvel instrument de mesure des distractions cognitives lors des relations sexuelles plus complet que ceux déjà existants et ayant l'avantage d'être en langue française. Cet instrument se veut une contribution à une meilleure compréhension des différents thèmes de distractions cognitives lors des relations sexuelles qui peuvent nuire à la satisfaction sexuelle et conjugale de femmes et d'hommes vivant une relation de couple. La sexualité joue un rôle crucial dans les relations de couple. Il s'avère important de poursuivre les recherches afin de mieux cerner le contenu et l'impact des distractions lors des relations sexuelles sur le fonctionnement des conjoints.

Références

- Bandura, A. (1969). *Principles of behavior modification*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Barlow, D. H. (1986). Causes of sexual dysfunction: The role of anxiety and cognitive interference. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 140-148.
- Beck, A. T., Rush, A., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford.
- Doss, B. D., Simpson, L. E., & Christensen, A. (2004). Why do couples seek marital therapy? *Professional Psychology: Research and Practice*, 6, 608-614.
- Dove, N. L., & Wiederman, M. W. (2000). Cognitive distraction and women's sexual functioning. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 26, 67-78.
- Edwards, J. N., & Booth, A. (1994). Sexuality, marriage, and well-being: The middle years. Dans A. S. Rossi (Éds.), *Sexuality across the life course* (pp. 233-259). Chicago: University of Chicago Press.
- Ellis, A. (1977). The basic clinical theory of rational-emotive therapy. Dans A. Ellis & R. Grieger (Éds.), *Handbook of rational-emotive therapy* (pp. 3-34). New York: Springer.
- Faith, M. S., & Schare, M. L. (1993). The role of body image in sexually avoidant behavior. *Archives of Sexual Behavior*, 22, 345-356.
- Geer, J., & Fuhr, R. (1976). Cognitive factors in sexual arousal: The role of distraction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 44, 238-243.
- Hynie, M., & Lydon, J. E. (1995). Women's perceptions of female contraceptive behavior: Experimental evidence of the sexual double standard. *Psychology of Women Quarterly*, 19, 563-581.
- Hynie, M., Lydon, J. E. & Taradash, A. (1997). Commitment, intimacy, and women's perceptions of premarital sex and contraceptive readiness. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 447-464.

- Laumann, E. O., Gagnon, J. H., Michael, R. T., & Michaels, S. (1994). *The social organization of sexuality: Sexual practices in the United States*. Chicago: University of Chicago Press.
- Laumann, E. O., Gagnon, J. H., Michael, R. T., & Michaels, S. (1995). *The social organisation of sexuality: Sexual practices in the United States*. Chicago: University of Chicago Press.
- Laumann, E. O., Paik, A., Glasser, D. B., Kang, J. H., Wang, T., Levinson, B., & al. (2006). A cross-national study of subjective sexual well-being among older women and men: Findings from the global study of sexual attitudes and behaviours, *Archives of Sexual Behavior*, 35, 145-161.
- Leiblum, S. R. (2007). *Principles and practice of sex therapy*. New York: Guilford press.
- Masters, W. H. & Johnson, V. E. (1966). *Human sexual response*. Little Brown, Boston: Mass.
- Masters, W. H. & Johnson, V. E. (1970). *Human sexual inadequacy*. Little Brown, Boston: Mass.
- Przybyla, D. P., & Byrne, D. (1984). The mediating role of cognitive processes in self-reported sexual arousal. *Journal of Research in Personality*, 18, 54-63.
- Powers, W. T. (1973). *Behavior: the control of perception*. Chicago: Aldine.
- Purdon, C., & Holdaway, L. (2006). Non-erotic thoughts: Content and relation to sexual functioning and sexual satisfaction. *Journal of Sex Research*, 43, 154-162.
- Sbrocco, T., & Barlow, D. H. (1996). Conceptualizing the cognitive component of sexual arousal: Implications for sexuality research and treatment. Dans P. Salkovskis (Éd.), *Frontiers of cognitive therapy* (pp. 419-449). New York: Guilford Press.
- Sprecher, S., & Regan, P. C. (2000). Sexuality in a relational context. Dans C. Hendrick, & S. S. Hendrick, (Éds.), *Close relationship: A sourcebook* (pp. 217-227). London: Sage.
- Trapnell, P. D., Meston, C. M., & Gorzalka, B. B. (1997). Spectatoring and the relationship between body image and sexual experience: self-focus or self-valence. *Journal of Sex Research*, 34, 267-278.
- Walen, S. R. (1980). Cognitive factors in sexual behaviour. *Journal of sex and Marital Therapy*, 6, 87-101.

- Whisman, M. A., & Uebelacker, L. A. (2006). Impairment and distress associated with relationship discord in a national sample of married or cohabiting adults, *Journal of Family Psychology*, 20, 369-377.
- Wolfe, J., & Walen, S. R. (1980). Cognitive factors in sexuality. Dans R. Grieger & I. Z. Grieger (Éds.), *Cognition and emotional disturbance* (pp. 148-173). New York: Human Sciences Press.